

# Kuřecí nákyp se sýrem



Obtížnost:

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 2

1828 kalorií , 0 g cukrů , 60 g tuků , 92 g bílkovin

Autor: Mall

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-nakyp-se-syrem>

## Příprava

Upečené kuřecí maso umeleme, k tomu umeleme houskou předem zvlhčenou mlékem, přidáme žloutek, lehce osolíme, vmícháme sekanou pažitku a tuhý sníh z jednoho bílku. Hmotu vložíme do máslem vymazané a strouhankou vysypané formy a v předehřáté troubě upečeme. Těsně před dopečením ještě povrch posypeme nastrouhaným sýrem.



### Tip k receptu

Kuřecí nákyp doplníme vařenými bramborami a zeleninovým salátem.

## Ingredience

- ✓ 250 g kuřecího masa
- ✓ 1 vejce
- ✓ 50 g tvrdého sýra
- ✓ 1 rohlík
- ✓ 4 lžíce mléka
- ✓ 4 lžíce másla nebo Hery
- ✓ strouhanka
- ✓ sůl
- ✓ pažitka

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Něco extra, Rodina, Hlavní chod